

Силабус з дисципліни «Фізичне виховання». Розробник – кандидат педагогічних наук, доцент,  
завідувач кафедри фізичного виховання Петренко Н.В.

Силабус з дисципліни «Фізичне виховання». Розробник – кандидат педагогічних наук, доцент,  
завідувач кафедри фізичного виховання Петренко Н.В.

МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АГРАРНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
ФАКУЛЬТЕТ КУЛЬТУРИ Й ВИХОВАННЯ  
Кафедра фізичного виховання

«ЗАТВЕРДЖУЮ»

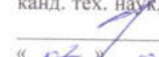
Перший проректор

 Д.В. Бабенко

« 02 » 02 2021 р.

Гарант освітньої програми

канд. тех. наук, доц.

 В.А. Грубань

« 07 » 07 2021 р.

**СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ  
«ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ»**

Галузь знань	20 «Аграрні науки та продовольство»
Спеціальність	208 «Агроінженерія»
Освітньо-професійна програма	«Агроінженерія»
Освітній ступінь	«Молодший бакалавр»
Семестр	I-II
Форма здобуття освіти	денна
Викладачі	Овчарук Сергій Вікторович старший викладач, e-mail: ovcharuk.sergei75@gmail.com

Розглянуто на засіданні кафедри фізичного виховання

Протокол № 10 від «20» травня 2021 року.

Завідувач кафедри



Петренко Н.В.

Схвалено науково-методичною комісією факультету культури й виховання

Протокол № 9 від «28» травня 2021 року.

Голова науково-методичної комісії



Пономаренко Н.Г.

Схвалено на засіданні вченої ради інженерно-енергетичного факультету

Протокол № 10 від «8» червня 2021 року.

Голова вченої ради



Горбунова К.М.

Миколаїв 2021

<b>1. Призначення навчальної дисципліни</b>	Дисципліна «Фізичне виховання» вирішує завдання основ здорового способу життя. Знання основ організації і методики найбільш ефективних видів і форм рухової активності. Знання основ методики оздоровлення і фізичного удосконалення традиційними і нетрадиційними засобами і методами фізичної культури. Знання основ професійно-прикладної фізичної підготовки й уміння застосовувати їх на практиці. Знання основ фізичного виховання різних верств населення.	
<b>2. Мета навчальної дисципліни</b>	<i>Метою</i> вивчення дисципліни «Фізичне виховання» є оволодіння знаннями , уміннями та навичками за допомогою використання засобів фізичної культури та природних факторів. Сприяти покращенню загального фізичного стану, зміцненню здоров'я, розвитку фізичних якостей.	
<b>3. Компетентності</b>	Інт К. Здатність розв'язувати типові спеціалізовані завдання та практичні проблеми під час професійної діяльності у галузі, або у процесі навчання, що передбачає застосування теорій та методів відповідної науки і характеризується певною невизначеністю умов агропромислового виробництва. ЗК5. Здатність працювати як самостійно так і в команді. ЗК9. Здатність використовувати у практичній діяльності заходи з метою поліпшення безпеки праці.	
<b>4. Опис навчальної дисципліни</b>	Всього годин/кредитів за навчальним планом, з них: - практичні заняття - самостійна робота	90/3,0 68/ 2,3 22/0,7

#### Календарний план

№ з/п	Найменування тем	Розподіл навчального часу, годин	
		пз	сам. робота
1.	<i>Модуль 1. Легка атлетика.</i> Біг на короткі та довгі дистанції. Стрибок у довжину з місця. Човниковий біг.	16	8
2.	<i>Модуль 2.</i> <i>Спеціалізація.</i> Атлетична гімнастика. Волейбол. Футбол.	14	7
3.	<i>Модуль 3.</i>	20	2

	<p><i>Спеціалізація</i> Атлетична гімнастика. Баскетбол. Футбол.</p>		
4.	<p><i>Модуль 4.</i> <i>Легка атлетика.</i> Біг на короткі та довгі дистанції. Стрибок у довжину з місця. Човниковий біг.</p>	18	5
Всього		68	22
<p><b>*Примітка.</b> Проведення видів занять здійснюється відповідно до графіку освітнього процесу</p>			
<p><b>6. Порядок та категорії оцінювання</b></p>	<p>Залік з дисципліни «Фізичне виховання» складається з двох частин: теоретичної та практичної.  <b>Теоретична частина складається з:</b> проходження тестів на платформі Moodle та написання реферату за обраною темою.  <b>Практична частина складається з</b> контрольних нормативів (модулів легка атлетика, спортивні ігри, атлетична гімнастика (додаток 1))  <b>Звільнені від практичних занять:</b> складають тести, пишуть реферат, присилають відеороліки з виконанням вправ ранкової гімнастики (8-10 вправ).  <b>Студенти, які за станом здоров'я віднесені до спеціальної медичної групи</b>          - складають комплекс фізичних вправ для корекції свого основного захворювання та записують відеоролік з виконанням вправ;          - готують реферат згідно свого діагнозу за наданою схемою.          За виконання всіх вимог програми з фізичного виховання (теоретичний і практичний розділи, професійно-прикладна фізична підготовка, самостійна робота) здобувачу вищої освіти виставляється оцінка і кількість балів, як окремо за кожний модуль, так і за виконання всієї програми. Це дає змогу визначати рейтингову оцінку здобувача вищої освіти та його рейтинг у групі, курсі, факультеті тощо.          Максимальна сума балів, яку може набрати здобувач вищої освіти за виконання навчальної програми з фізичного виховання протягом навчального року дорівнює 100 балам, за семестровий залік теж 100 балів. Рейтингова загальна оцінка визначається за семестровими рейтинговими оцінками, починаючи з початку навчального року і дає змогу визначити рейтинг здобувача вищої освіти. Здобувач вищої освіти, який склав 10 тестових нормативів з фізичного виховання і набрав 60 балів, допускається до здачі заліку. Передбачені заохочувальні бали для покращання рейтингової оцінки, для поліпшення відвідування занять з фізичного виховання,</p>		

<p>зростання показників фізичної підготовленості, підвищення фізкультурно-спортивної активності. Тобто здобувач вищої освіти додатково може набрати бали, які будуть зараховані до його загальної суми балів за виконання модуля навчальної програми з фізичного виховання.</p> <p>За пропуски навчальних занять без поважних причин (за кожне пропущене заняття віднімається 1 бал, тобто за одну пару пропущених занять здобувачу вищої освіти нараховується 1 штрафний бал);</p> <p>- за відмову або неявку здобувач вищої освіти для участі у фізкультурно-оздоровчих та спортивно-масових заходах групи, курсу, факультету, університету тощо нараховується 5 штрафних балів;</p> <p>- за зниження особистих показників фізичної підготовленості (за 1 норматив знімається 1 бал, тобто можна набрати у 10 тестових нормативах 10 штрафних балів, які будуть вираховані із загальної суми балів за виконання навчальної програми).</p>					
<b>Поточний і підсумковий контроль знань здобувачів вищої освіти</b>					
Форма контролю	Кількість заходів	Оцінка		Сума	
		min	max	min	max
<b>I семестр</b>					
Аудиторна робота в т.ч.: - практичні заняття		6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
					<b>24</b>
Аудиторна робота в т.ч.: - практичні заняття	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
					<b>36</b>
<b>Разом за I семестр:</b>				<b>60</b>	<b>100</b>
<b>II семестр</b>					

Силабус з дисципліни «Фізичне виховання». Розробник – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання Петренко Н.В.

Аудиторна робота в т.ч.: - практичні заняття	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
				<b>36</b>	<b>60</b>
Аудиторна робота в т.ч.: - практичні заняття	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
	1	6	10	6	10
				<b>24</b>	<b>40</b>
<b>Разом за II семестр:</b>				<b>60</b>	<b>100</b>

***Розподіл балів, які отримують здобувачі вищої освіти, та шкала оцінювання - залік***

Сума балів за всі види освітньої діяльності	Оцінка ECTS	Оцінка за національною шкалою
90-100	A	зараховано
82-89	B	
75-81	C	
64-74	D	
60-63	E	
35-59	FX	не зараховано з можливістю повторного складання
0-34	F	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

<b>7. Політика курсу</b>	<p>Політика курсу визначається системою вимог, які пред'являються до здобувача вищої освіти при вивченні дисципліни та ґрунтується на засадах академічної доброчесності. Дотримуватися етики поведінки, яка прописана у Кодексі академічної доброчесності у Миколаївському національному аграрному університеті. Пропущені заняття відпрацьовувати відповідно затвердженого графіку консультацій. Академічна не доброчесність є несумісною з принципами викладання курсу. Основні принципи проведення занять:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- відкритість до нових та неординарних ідей, толерантність, доброзичлива партнерська атмосфера взаєморозуміння та творчого розвитку;</li> <li>- усі завдання, передбачені програмою, мають бути виконані у встановлений термін;</li> <li>- різні моделі роботи на заняттях, у тому числі робота над</li> </ul>
--------------------------	---

	<p>вирішенням завдань дає можливість здобувачам вищої освіти якнайширше розкрити свій власний потенціал, навчитись довіряти своїм партнерам, розвинути навички інтелектуальної роботи в команді;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- курс передбачає інтенсивне використання мобільних технологій навчання, що дає можливість здобувачам вищої освіти та викладачеві спілкуватись один з одним у будь-який зручний для них час, а для здобувачів вищої освіти, які відсутні на заняттях, отримати необхідну навчальну інформацію та представити виконані завдання;</li> <li>- протягом усього курсу активно розвиваються автономні навички здобувачів вищої освіти, які можуть підготувати додаткову інформацію за темою, що не увійшла до переліку тем практичних занять змістових модулів та виступити з презентацією чи інформуванням додатково</li> </ul>
<p><b>8.Інформаційні джерела</b></p>	<p><b>Базова література:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Вознюк Т. В. Волейбол у закладах вищої освіти : навчальний посібник / Т. В. Вознюк, А. А. Ковальчук, О. В. Ковальчук В. : Твори, 2019. 279 с.</li> <li>2. Костюкевич В. М. Теорія і методика викладання футболу : навчально-методичний посібник / В. М. Костюкевич, О. А. Перепелиця, С. А. Гудима, В. М. Поліщук. – 2-ге вид., перероб. та допов. К. : КНТ, 2017. 297 с.</li> <li>3. Краснобаєва Т. М. Педагогічні особливості формування фізкультурно-спортивних умінь у студентів на заняттях із фізичного виховання : навчальний посібник / Т. М. Краснобаєва, М. А. Галайдюк. – 2-ге вид., допов. та перероб. В.: 2017. 67 с</li> <li>4. Круцевич Т.Ю. Теорія і методика фізичного виховання: підручник: у 2т. /за ред. Т.Ю. Круцевіч – К.: Олимп. Л-ра., 2017. т. 2. 368с</li> </ol> <p>Котова О., Проценко А. Педагогічна практика як основа формування професійної компетентності майбутніх учителів фізичної культури. <i>Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького. Серія: Педагогіка.</i> 2018. № 2 (21). С. 135–139. DOI: 10.7905/nvmdpu.v0i21.2515</p> <p><b>Допоміжна література:</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Biletska H., Krasylnykova H., Mironova N., &amp; Nazarko I. Formation of natural scientific competence in future teachers of physical education. <i>Journal of Physical Education and Sport.</i> 2018. № 18. P. 1143–1149. DOI: 10.7752/jpes.2018.s2170</li> </ol>

2. Hernández-Gamboa J. O., Vera-Rivera J. L., & Ortega-Parra A. J. The pedagogical competences and their importance in virtual physical education. *Journal of Physics: Conference Series*. 2019. № 1161 (1). DOI: 10.1088/1742-6596/1161/1/012009

3. Muszkieta R., Napierała M., Cieślicka M., Zukow W., Kozina Z., Iermakov S., Górny M. The professional attitudes of teachers of physical education. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019a. № 19 (1). Art 14. P. 92–97. DOI: 10.31219/osf.io/a5mfq

4. Smela P., Pacesova P., Antala B., Cekanova I., & Fucik H. Achievement motivation of physical education teachers. *Sport Mont*. 2019. № 17 (3). P. 67–71. DOI: 10.26773/smj.191013

5. Котова О., Проценко А. Педагогічна практика як основа формування професійної компетентності майбутніх учителів фізичної культури. *Науковий вісник Мелітопольського державного педагогічного університету імені Богдана Хмельницького. Серія: Педагогіка*. 2018. № 2 (21). С. 135–139. DOI: 10.7905/nvmdpu.v0i21.2515

#### **Інформаційні ресурси:**

1. Gallego-Ortega J., & Rodríguez-Fuentes A. Perceptions of teachers about communicative competences of the future physical education teachers. *Revista Internacional De Medicina Y Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte*. 2018. № 18 (71). DOI: <https://doi.org/10.15366/rimcafd2018.71.005>

2. Muszkieta R., Napierała M., Zukow W., Cieślicka M., Iermakov S., & Kozina Z. The relationships setting between evaluation actions the and styles of didactic transport at teachers of physical education. *Journal of Physical Education and Sport*. 2019b. № 19. P. 100–107. DOI: <https://doi.org/10.7752/jpes.2019.s1015>

3. Yılmaz M., Karakaya Y., Savucu Y. The state of preparedness of prospective physical education and sports teachers. *Pedagogy of Physical Culture and Sports*. 2020. № 24 (6). P. 323–330. DOI: <https://doi.org/10.15561/26649837.2020.0608>

4. Петренко Н. Підвищення мотивації на заняттях з фізичного виховання в аграрному університеті. *Неперервна професійна освіта: теорія і практика*. 2020. № 1. С. 30–36. DOI: <http://dx.doi.org/10.28925/1609-8595.2020.1.4>.

5. Христова Т. Є., Ребар І. В., Старостенко В. О. Педагогічні умови підвищення рівня професійної компетентності вчителя фізичної культури. *Інноваційна*

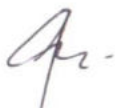
Силабус з дисципліни «Фізичне виховання». Розробник – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання Петренко Н.В.

Силабус з дисципліни «Фізичне виховання». Розробник – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання Петренко Н.В.

	<p>педагогіка. 2020. № 20 (3). Р. 118–122. DOI: <a href="https://doi.org/10.32843/2663-6085-2020-20-3-25">https://doi.org/10.32843/2663-6085-2020-20-3-25</a></p> <p>6. Царук В. П. Формування професійної компетентності майбутнього вчителя фізичної культури в умовах педагогічної практики. Молодий вчений. 2019. № 5 (69). С. 170–174. DOI: <a href="https://doi.org/10.32839/2304-5809.2019.5-69-37">https://doi.org/10.32839/2304-5809.2019.5-69-37</a></p>
<b>9. Інтеграція здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами</b>	<p>З метою інтеграції здобувачів вищої освіти з особливими освітніми потребами необхідно звернутись до проректора з науково-педагогічної та виховної роботи і підвищення кваліфікації Наталії Шарати, +380(512)340136, <a href="mailto:sharata@mnaeu.edu.ua">sharata@mnaeu.edu.ua</a>.</p> <p>Для психологічної підтримки освітнього процесу в Університеті діє психолого-педагогічна лабораторія науково-просвітницьких інноваційних технологій розвитку особистості Миколаївського національного аграрного університету, яка здійснює свою діяльність задля соціального супроводу та психологічного забезпечення освітнього процесу серед педагогічних і науково-педагогічних працівників і здобувачів вищої освіти. Послуги цієї лабораторії безкоштовні. Більше інформації про лабораторію: <a href="https://www.mnaeu.edu.ua/vyh-rob/ps-sluzh">https:// www.mnaeu.edu.ua/vyh-rob/ps-sluzh</a>.</p>
<b>10. Доступ до матеріалів навчання</b>	<p>Робоча програма дисципліни її силабус та навчально-методичний комплекс дисципліни розташовано на (<a href="https://moodle.mnaeu.edu.ua/course/search.php?search=%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B5">https://moodle.mnaeu.edu.ua/course/search.php?search=%D1%84%D1%96%D0%B7%D0%B8%D1%87%D0%BD%D0%B5</a>)</p>

Силабус навчальної дисципліни розроблено:

Завкафедри



Н.В.Петренко



**Нормативні вимоги проміжного та підсумкового контролю здобувачів  
вищої освіти 1 курсу основного навчального відділення МНАУ з  
дисципліни “Фізичне виховання”  
в I семестрі 2021 – 2022 навчального року**

№ п/п	Вправи модульного контролю	Стать	Бали / Результати	
			10	6
1 модуль. Легка атлетика	<b>Легка атлетика</b>			
	1. Біг на 1000 м (хв, с),	Жінки	5,10	6,0
	Біг на 1500 м (хв, с)	Чоловіки	6,10	7,10
	2. Стрибок у довжину з місця (см)	Жінки	175	160
		Чоловіки	230	210
	3. Човниковий біг 4x9 м (с)	Жінки	10,5	11,2
		Чоловіки	9,2	10,0
	4. Біг на 100 м (с)	Жінки	17,0	18,5
Чоловіки		14,2	15,5	
2 модуль. Спеціалізація	<b>Атлетична гімнастика</b>			
	5. Піднімання всід за 1 хв.	Жінки	42	30
		Чоловіки	47	30
	6. Підтягування на перекладині або згинання та розгинання рук в упорі лежачи	Жінки	2	-
		Чоловіки	12	6
		Жінки	16	7
		Чоловіки	32	20
	7. Присідання на одній нозі (разів)	Жінки	10	3
		Чоловіки	12	5
	<b>Волейбол</b>			
8. Стрибки у висоту з місця (см)	Жінки	44	20	
	Чоловіки	50	35	
9. Передача в/б м'яча двома руками зверху в колі (разів)	Жінки	15	10	
	Чоловіки	20	15	
10. Передача в/б м'яча двома руками знизу в колі (разів)	Жінки	10	5	
	Чоловіки	15	8	
<b>Всього:</b>			<b>100</b>	<b>60</b>

Силабус з дисципліни «Фізичне виховання». Розробник – кандидат педагогічних наук, доцент, завідувач кафедри фізичного виховання Петренко Н.В.

**Нормативні вимоги проміжного та підсумкового контролю здобувачів вищої освіти 1 курсу основного навчального відділення МНАУ з дисципліни “Фізичне виховання” в II семестрі 2021 – 2022 навчального року**

№ п/п	Вправи модульного контролю	Стать	Бали / Результати	
			10	6
3 модуль. Спеціалізація	<b>Атлетична гімнастика</b>	Жінки	42	30
	1. Піднімання всід за 1 хв.	Чоловіки	47	30
	2. Підтягування на перекладині або згинання та розгинання рук в упорі лежачи	Жінки	2	-
		Чоловіки	12	6
		Жінки	16	7
		Чоловіки	32	20
	3. Нахили тулуба з положення сидячи	Жінки	19	14
		Чоловіки	16	13
	<b>Баскетбол</b>			
	4. Ведення баскетбольного м'яча на відстань 20 м (с)	Жінки	4,5	6,0
		Чоловіки	4,0	5,0
	5. Кидки з-під кошика за 30 с.	Жінки	10	5
Чоловіки		13	8	
6. Передача м'яча обома руками від грудей в парах за 15 с.	Жінки	11	8	
	Чоловіки	13	10	
4 модуль. Легка атлетика	<b>Легка атлетика</b>			
	7. Біг на 1000 м (хв, с),	Жінки	5,10	6,0
	Біг на 1500 м (хв, с)	Чоловіки	6,10	7,10
	8. Стрибок у довжину з місця (см)	Жінки	175	160
		Чоловіки	230	210
	9. Човниковий біг 4x9 м (с)	Жінки	10,5	11,2
		Чоловіки	9,2	10,0
10. Біг на 100 м (с)	Жінки	17,0	18,5	
	Чоловіки	14,2	15,5	
<b>Всього:</b>			<b>100</b>	<b>60</b>